



FACULDADE DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO
UNIVERSIDADE DO PORTO

**Ambiente Alimentar do Porto – Mapeamento da Comunidade do Vale da
Ribeira da Granja e sua envolvência**

**Porto Food Environment - Mapping of the Ribeira da Granja Community and
its surroundings**

Teresa Filipa Batista Machado

Orientado por: Dra. Sílvia Cunha

Câmara Municipal do Porto | Divisão Municipal de Promoção da Saúde



Trabalho de Investigação

1.º Ciclo em Ciências da Nutrição

Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

Porto, 2018

Resumo

Introdução: O ambiente alimentar em que vivemos pode influenciar a nossa saúde. O acesso a alimentos saudáveis pode estar condicionado em zonas de habitação social.

Objetivos: Conhecer o ambiente alimentar em zonas de maior fragilidade socioeconómica.

Metodologia: Neste estudo observacional descritivo, foi incluída uma das comunidades desfavorecidas da cidade do Porto, a comunidade do Vale da Ribeira da Granja (CVRG). Para delimitar a zona a avaliar, foram elaborados mapas com uma “*buffer zone*” de 350m em relação à comunidade desfavorecida, identificada no PEDU (Projeto Estratégico de Desenvolvimento Urbano) Para além disso, foi produzida uma *checklist* para recolha de dados relativos à tipologia dos estabelecimentos e à sua oferta alimentar.

Resultados: Foram encontrados 81 estabelecimentos com oferta alimentar. Destes, foi a tipologia “Estabelecimentos de bebidas – Cafés” (n=25), a que apresentou maior predominância e isso pode condicionar a oferta alimentar. Verificou-se que a disponibilidade de “Refrigerantes com e sem gás”, e “Produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados” era de (86%| n=70), sendo este um dado preocupante.

Conclusão: Este trabalho sugeriu que existe alguma limitação no acesso e disponibilidade de produtos alimentares saudáveis, podendo influenciar o estado global de saúde dos indivíduos. É importante realizar mais estudos desta tipologia, para perceber onde se concentram as maiores lacunas da cidade.

Palavras-Chave: ambiente alimentar, estabelecimento alimentar, disponibilidade alimentar, distribuição geográfica, zonas economicamente desfavorecidas.

Abstract

Introduction: The food environment in which we live can influence our health.

Access to healthy food may be conditioned in areas of social housing.

Objectives: Know the food environment in areas of bigger socio-economic fragility.

Methodology: In this descriptive observational study, one of the disadvantaged communities of the city of Porto was included, the Vale da Ribeira da Granja community (CVRG). In order to delimit the zone to be evaluated, were elaborated maps with a buffer zone of the 350 meters in relation to the disadvantaged community (CD), identified in the PEDU (Projeto Estratégico de Desenvolvimento Urbano). In addition, a checklist was produced to collect data on the typology of establishments and their food supply.

Results: Were found 81 food supply establishments. Of these, the typology “Beverage Establishments – Coffee Shop” (n=25), which was more predominant, and this may condition the food supply. It was verified that the availability of “Soft Drinks whit and without gas” and “pastries, candies, other biscuits and ice creams” were (86%|n=70), being this results a concern.

Conclusion: This work suggested that there is some limitations in access and availability of healthy food products, wich may influence the overall health status of the people. It is important to proceed more studies of this typology to understand where the major gaps of the city are concentrated.

Keywords: food establishment, food establishment, food availability, geographical distribution, economically disadvantaged areas.

Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos

CMP - Câmara Municipal do Porto

CVRG - Comunidade do Vale da Ribeira da Granja

DMPS - Divisão Municipal de Promoção da Saúde

PAICD - Plano de Ação Integrada para as Comunidades Desfavorecidas

PEDU - Plano Estratégico de Desenvolvimento Urbano

Sumário

Resumo	i
Palavras-Chave	ii
Abstract	iii
Keywords.....	iv
Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos.....	v
Sumário	vi
Introdução.....	1
Objetivos.....	3
Metodologia	4
Resultados.....	7
Conclusões.....	15

Introdução

A alimentação saudável é a base do bem-estar humano⁽¹⁾, apresentando-se como componente fulcral na saúde dos indivíduos⁽²⁾. Nos dias de hoje conhece-se o impacto que a dieta desempenha na prevenção de determinadas patologias, designadamente nas Doenças Crónicas Não Transmissíveis⁽²⁾. Em Portugal, verifica-se uma elevada prevalência deste tipo de doenças⁽³⁾, o que se traduz em riscos acrescidos para a saúde dos indivíduos. O padrão alimentar é influenciado por diversos fatores, entre os quais o preço dos alimentos, crenças e preferências individuais, bem como fatores geográficos, sociais, económicos e ambientais, que interagem entre si de forma complexa, sendo responsáveis por moldar os padrões alimentares de cada indivíduo⁽⁴⁾. No ultimar do ano transato, foi publicado em Diário da República um conjunto de prioridades na área da promoção da alimentação saudável, onde, um dos eixos estratégicos passa por “modificar o meio ambiente onde as pessoas escolhem e compram alimentos através da modificação da disponibilidade de alimentos em certos espaços físicos e promoção da reformulação de determinadas categorias de alimentos”⁽⁵⁾. Perante isto, importa considerar que o acesso a alimentos de qualidade é um preditor do desenvolvimento humano, refletindo grandes implicações ao nível da saúde pública, do bem-estar individual e do capital humano, portanto, condição elementar para designar uma sociedade como desenvolvida⁽⁶⁾. Ao longo dos tempos, tem-se assistido a marcadas mudanças no ambiente alimentar e seus sistemas, impelidas pela evolução tecnológica, por mudanças de cariz social, económico e de estilos de vida⁽⁷⁾, sendo este também mutado por políticas que afetam a localização dos vários tipos de lojas de comércio⁽⁸⁾, tal acontece pois a demanda do consumidor

altera a oferta⁽⁹⁾, dado que esta e as escolhas alimentares se influenciam mutuamente. O ambiente físico em que vivemos, trabalhamos e nos alimentamos tem sido reconhecido como um fator crítico da saúde. Além do mais, as evidências sugerem que existem outros principais fatores condicionantes da saúde da população, nomeadamente o *status* social, redes de apoio social, educação, condições de emprego, ambientes sociais, a própria cultura, entre outros⁽¹⁰⁾. O ambiente alimentar envolvente constitui-se como todas as oportunidades físicas, económicas e culturais que influenciam as escolhas alimentares e que em muito condicionam o estado nutricional da população^(11, 12), afetando a dieta dos indivíduos⁽¹³⁾. No que concerne à tipologia dos estabelecimentos de oferta alimentar, tem-se vindo a entender que o mesmo tipo de estabelecimento pode incluir diferentes tipo de alimentos consoante o local onde zona de habitação social está localizada⁽⁸⁾, havendo, portanto, limitações em termos de oferta alimentar. De acordo com alguns autores, perante um cenário de desigualdades sociais, existem diferenças evidentes relativamente ao acesso alimentar, quer em quantidade, como em qualidade nutricional⁽¹⁴⁾, pressuposto este que poderá condicionar o estado de saúde dos indivíduos. Para além disso, tem sido reportado que ambientes alimentares saudáveis estão em muito condicionados pelo *status* socioeconómico em zonas de habitação social, definidos como desertos alimentares⁽¹⁵⁾, daí se entende que moradores em zonas de habitação social possam não ter recursos económicos ou acessibilidade de transporte para superar barreiras geográficas em termos de acesso a alimentos com boa densidade nutricional. Com base nisto, outros autores constataram o acesso limitado a alimentos saudáveis em zonas de habitação social, e isso explica em parte as desigualdades alimentares que afetam muitos indivíduos ⁽¹⁶⁾.

Estudos realizados em diferentes países, entre os quais Estados Unidos da América, Canadá, Austrália, Nova Zelândia e Amsterdão sugerem que o acesso limitado a alimentos saudáveis explica parcialmente as desigualdades alimentares em zonas de habitação social, em regiões urbanas. Para além disso, pôde verificar-se que residentes em zonas de habitação social com baixo *status* socioeconómico e minorias étnicas apresentavam dietas pouco saudáveis⁽¹⁴⁾. Estes factos, confirmam o aumento do interesse pelo estudo do ambiente alimentar, nomeadamente o assente em modelos de intervenção ecológicos, que procura entender os hábitos alimentares através da inclusão da componente individual, social, ambiental, organizacional e de políticas nacionais e locais⁽¹⁷⁾. De forma a estudar o ambiente alimentar destaca-se o modelo sugerido por *Glanz et al.*, dado que este emprega medidas de localização geográfica (Anexo A), e é utilizado com alguma frequência noutros estudos da mesma tipologia⁽¹⁸⁾. Este modelo baseado em medidas de recolha de dados objetivas e subjetivas, destacando a proximidade, a densidade e a variedade. A proximidade geográfica define-se como a distância entre o estabelecimento de venda de alimentos e o local de habitação dos indivíduos, a densidade refere-se à concentração que esses mesmos estabelecimentos apresentam e, por último a variedade é relativa à diferente tipologia do estabelecimento⁽¹⁷⁾.

Objetivos

Objetivo Geral: Conhecer os padrões de acesso alimentar de cidadãos residentes em zonas socioeconomicamente desfavorecidas da cidade do Porto, particularmente na Comunidade do Vale da Ribeira da Granja e sua envolvência,

de forma a contribuir para a criação, implementação e/ou avaliação de políticas promotoras de saúde que visem minimizar desigualdades no acesso alimentar.

Objetivos Específicos: Mapear os estabelecimentos de oferta alimentar incluídos na área geográfica da CVRG e sua área de influência, nomeadamente:

- Analisar quantitativamente, e num raio de 350m em relação à comunidade desfavorecida, identificada no PEDU⁽¹⁹⁾ na zona ocidental da cidade do Porto, a presença de estabelecimentos de oferta alimentar;
- Assinalar a localização dos estabelecimentos de oferta alimentar e a sua distribuição geográfica;
- Conhecer a tipologia (*major* e específica) dos estabelecimentos de oferta alimentar, a fim de avaliar a sua predominância;
- Classificar qualitativamente, a oferta alimentar presente nos estabelecimentos.

habita

Metodologia

O presente trabalho de investigação consistiu num estudo observacional descritivo. O estudo do ambiente alimentar realizado, enquadrado no plano de atividades da Divisão Municipal de Promoção da Saúde (DMPS) da Câmara Municipal do Porto (CMP), surge no seguimento do Mapeamento do Ambiente Alimentar do Porto, projeto levado a cabo pela DMPS. Esta investigação pretende conhecer as reais necessidades e fragilidades alimentares existentes em zonas assinaladas com maior vulnerabilidade social, de forma a auxiliar na conceção de políticas promotoras de saúde que reduzam as desigualdades. A zona geográfica selecionada adveio do PEDU, que identifica zonas socioeconomicamente desfavorecidas tendo em consideração uma metodologia multivariável. A cidade

possui 3 zonas geográficas identificadas no PEDU, 2 na zona Oriental da cidade e 1 na zona Ocidental, abrangidas especificamente no Plano de Ação Integrada para as Comunidades Desfavorecidas (PAICD). Estes planos de ação refletem as prioridades de intervenção, entre as quais a regeneração de comunidades desfavorecidas. Todas estas comunidades partilham determinadas características, entre as quais a degradação do edificado, a dimensão e concentração espacial dos bairros sociais, o desemprego, baixos níveis de escolaridade e forte concentração de grupos vulneráveis, verificando-se que mais de metade dessa população reside em habitação social (57%). O presente estudo incidiu na CVRG (União de Freguesias de Lordelo do Ouro e Massarelos), localizada na zona Ocidental da cidade do Porto. Esta comunidade é caracterizada pela existência de elevada concentração de pessoas com um grande leque de fatores de vulnerabilidade, nomeadamente escolaridade reduzida, elevadas taxas de desemprego ou ainda habitação arrendada. Para além disso, esta comunidade no seu conjunto, é uma população relativamente menos jovem do que a da restante cidade, e dela fazem parte cinco bairros sociais, com aspetos distintos ao nível social e demográfico: os bairros da Pasteleira (Bairro da Pasteleira e Agrupamento Habitacional da Pasteleira); o Bairro Dr. Nuno Pinheiro Torres; o Bairro da Mouteira e, por último, o Bairro de Lordelo do Ouro. Posteriormente, criou-se uma “*buffer zone*” de 350m a partir da CVRG, tendo como delimitação o PAICD. A distância selecionada vai de encontro ao que a bibliografia sugere, dado que esta é percorrida facilmente numa caminhada de 5 a 10 minutos, e é este o tempo que os indivíduos estão dispostos a percorrer para aceder a alimentos ^(14, 20, 21). Em parceria com o Departamento Municipal de Planeamento Urbano (DMPU) da CMP, foram produzidos mapas com a delimitação da “*buffer zone*” 350m, sendo esta calculada a partir da linha de

demarcação da CVRG, o que acabou por abranger além da União de Freguesias de Lordelo do Ouro e Massarelos, também a União de freguesias de Foz do Douro e Nevogilde (Anexo B). De forma a rentabilizar o tempo e a facilitar a recolha dos dados foi feito o levantamento prévio da denominação de todas as ruas a percorrer, com o auxílio do *Google Maps*[®] (Anexo C).

Desse modo, foram desenvolvidas algumas ferramentas. Primeiramente foi elaborada uma *checklist* para a recolha de dados (Anexo D), onde a mesma continha na frente, informações relativas à localização, data de recolha, assim como a tipologia (*major* e específica) dos estabelecimentos de oferta alimentar, baseada na Classificação Portuguesa de Atividades Económicas, Revisão 3⁽²²⁾. Para tal, desenvolveu-se um documento de apoio de forma a facilitar a classificação de cada estabelecimento (Anexo E). Relativamente à tipologia *major*, esta estava dividida em 3 grandes grupos: 1) Comércio a Retalho 2) Restaurantes 3) Estabelecimentos de bebidas. A tipologia específica, encontrava-se abarcada na primeira, e apresentava uma caracterização mais particular quanto ao tipo de estabelecimento (Anexo F). No verso da *checklist* estava incluído o tipo de oferta alimentar e o modo com que o alimento/produto alimentar se encontrava para aquisição: fresco para consumo; fresco para confeção; pré-confeccionado embalado ou confeccionado pronto a consumir. Para a caracterização da oferta, e para normalizar os dados foi desenvolvido um documento de compreensão racional da oferta alimentar (Anexo G). A informação selecionada para o tipo de oferta alimentar foi baseada recorrendo, tanto a alimentos pertencentes ao nosso padrão alimentar (“A nova roda dos alimentos Portuguesa”)⁽²³⁾, destacando especificamente alimentos ricos em nutrientes com efeitos comprovadamente benéficos para a saúde e outros com elevado teor de açúcares simples, sal e

gordura, assim como ao Questionário de Propensão Alimentar⁽²⁴⁾, elaborado para recolha de dados do Inquérito Alimentar Nacional e Atividade Física em 2015-2016. A tipologia da oferta alimentar presente nos estabelecimentos, foi dividida em diferentes grupos de alimentos (Anexo H). De forma a facilitar a análise, os estabelecimentos foram codificados em 6 algarismos (Anexo I), com base na identificação da zona, da tipologia *major* e específica e ordem que foi mapeado. A recolha de dados decorreu entre abril e maio de 2018 (Anexo J), tendo sido percorridas a pé todas as ruas correspondentes à área calculada, e efetuado os respetivos registos na *checklist*. O tratamento estatístico dos dados foi feito através dos programas IBM SPSS, versão 25.0 e Excel[®], tendo sido calculadas as frequências para as variáveis nominais.

Resultados

Distribuição dos estabelecimentos de oferta alimentar pelas ruas percorridas:

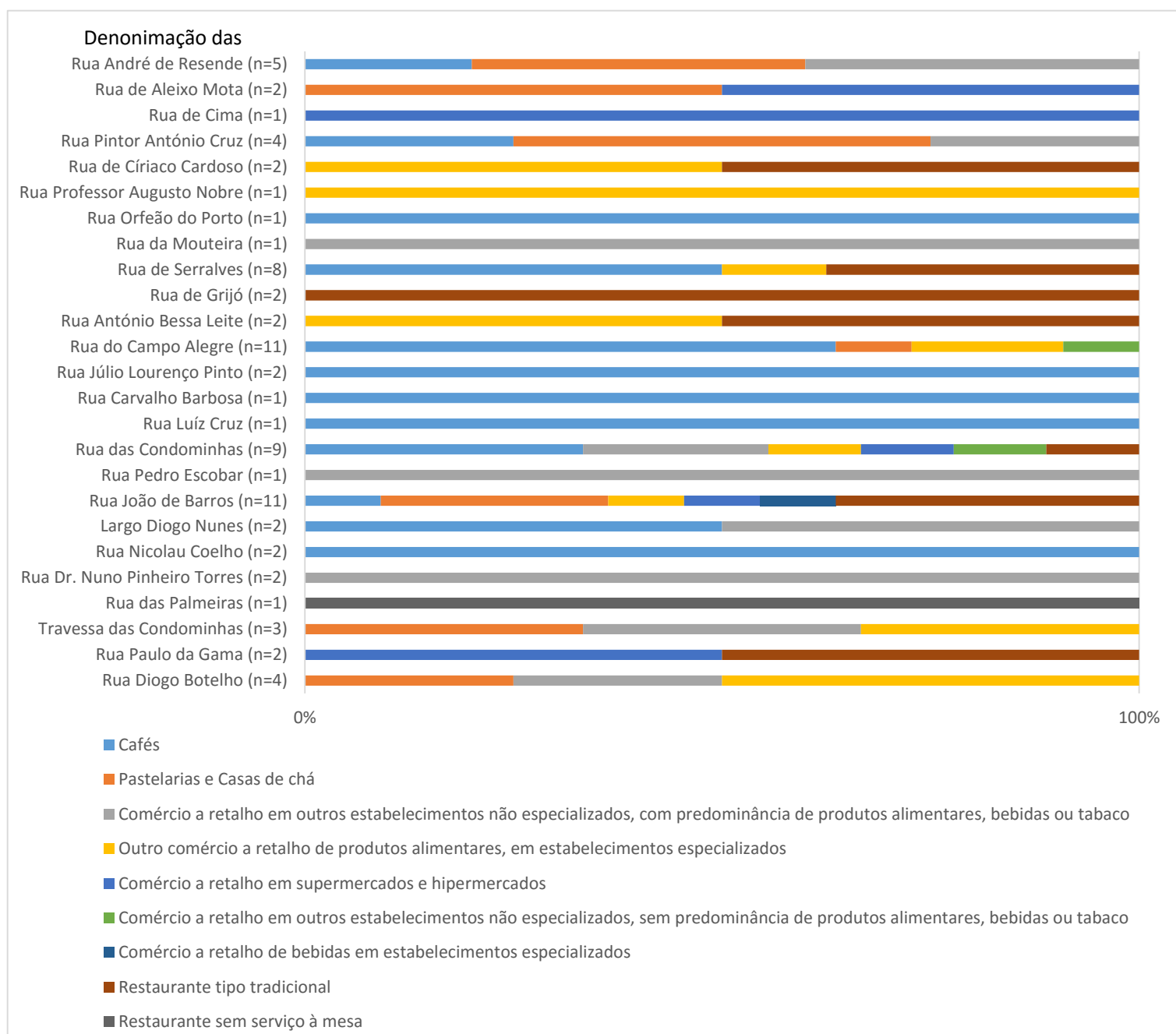


Gráfico 1: Distribuição dos estabelecimentos pelas diferentes ruas percorridas.

Das 122 ruas percorridas, apenas 25 (20%) continha estabelecimentos (Anexo K).

Foi nas ruas do “Campo Alegre” e “João de Barros”, onde se encontrou mais estabelecimentos (n=11), e maioria apresentava apenas 1 ou 2 estabelecimentos.

Tipologia *major* dos estabelecimentos: Em relação a esta tipologia os “Estabelecimentos de bebidas” foram os estabelecimentos mais encontrados (n=36|44%) (Anexo L).

Tipologia específica dos estabelecimentos (Anexo M):

Nos restaurantes são os “Restaurantes tipo tradicional” que predominam (93%|n=13). Em relação aos estabelecimentos de bebidas são os “cafés” que têm destaque, (69%|n=25), sendo também o tipo de estabelecimento que predomina no geral. No comércio a retalho predomina o “Comércio a Retalho em outros estabelecimentos não especializados, com predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco”, como exemplo as mercearias (39%|n=12).

Oferta Alimentar:

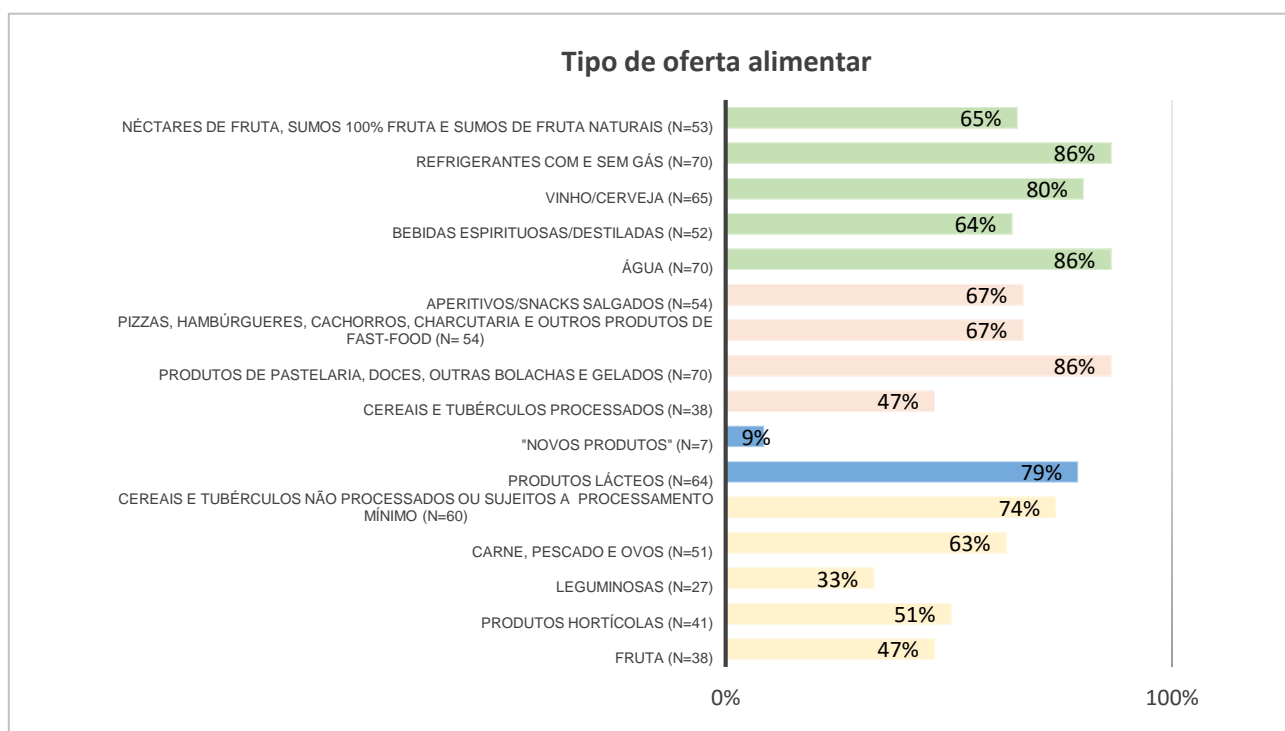


Gráfico 2: Oferta alimentar disponibilizada nos estabelecimentos mapeados

Relativamente às bebidas, verifica-se que a água e os refrigerantes com e sem gás se encontraram em 70 dos 81 estabelecimentos mapeados (86%). Para além disso, os produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados igualam os valores dos anteriores. No que respeita à fruta e leguminosas, verificou-se que nem metade dos estabelecimentos disponibilizam estes alimentos (47%|n=38 e

33%|n=27), respetivamente, e apenas 51% disponibilizam produtos hortícolas (n=41). Os “novos produtos” foram encontrados apenas em 7 estabelecimentos.

Tipologia específica dos estabelecimentos e sua oferta alimentar:

Analisando os produtos alimentares dentro dos estabelecimentos mais predominantes (Anexo N), percebe-se que nos “**Cafés**” para além dos refrigerantes com e sem gás (encontrados em todos os estabelecimentos), os produtos lácteos e o vinho/cerveja foram encontrados em 22 dos 25 estabelecimentos (88%), e que 96% destes estabelecimentos tinham produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados (n=24). A fruta e produtos hortícolas, apresentavam percentagens reduzidas (20%|n=5 e 24%|n=6 respetivamente). Na tipologia “**Comércio a retalho em outros estabelecimentos não especializados, com predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco**”(ex. mercearias), verifica-se que os produtos hortícolas e a fruta foram encontrados em todos os estabelecimentos (n=12), seguidos da água, vinho/cerveja e refrigerantes com e sem gás (91% |n=11). Em relação à carne, pescado e ovos também apresentava um valor considerável (83%|n=10) Nos estabelecimentos da tipologia “**Outro comércio a retalho de produtos alimentares, em estabelecimentos especializados**” (ex. quiosques), os produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados foram o produto alimentar mais predominante (55%|n=6), seguidos dos aperitivos/snacks salgados (45%|n=5).

Modo como o alimento(s)/produto alimentar se encontra para aquisição:

No geral, os produtos/refeições confeccionados prontos a consumir foram os mais predominantes (95%|n=77), já em relação aos produtos/refeições pré-confeccionados embalados apresentavam baixos valores (11%|n=9)

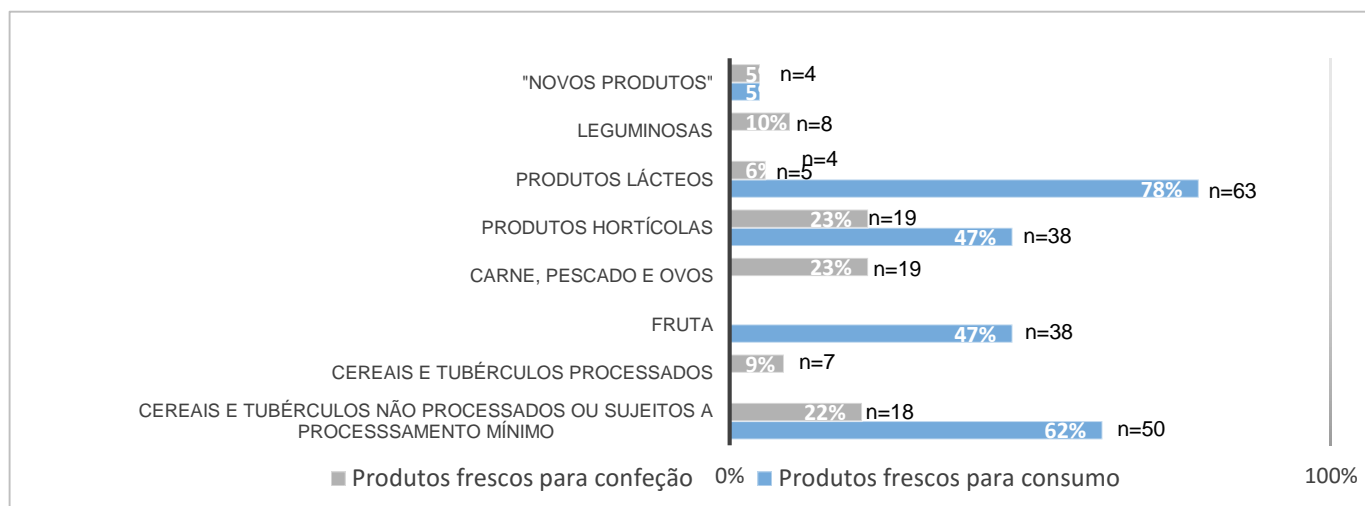


Gráfico 3: Modo como os alimentos se encontravam para aquisição (frescos para consumo e confeção)

Na generalidade os produtos frescos para confeção aparecerem de forma pouco pronunciada, e dentro destes destacam-se os produtos hortícolas e a carne, pescado e ovos com iguais valores (23%|n=19), seguidos de perto os cereais e tubérculos não processados ou sujeitos a processamento mínimo (22%|n=18).

Nos produtos frescos para consumo destacam-se os produtos lácteos (78%|n=63) e os cereais e tubérculos não processados ou sujeitos a processamento mínimo (62%|n=50).

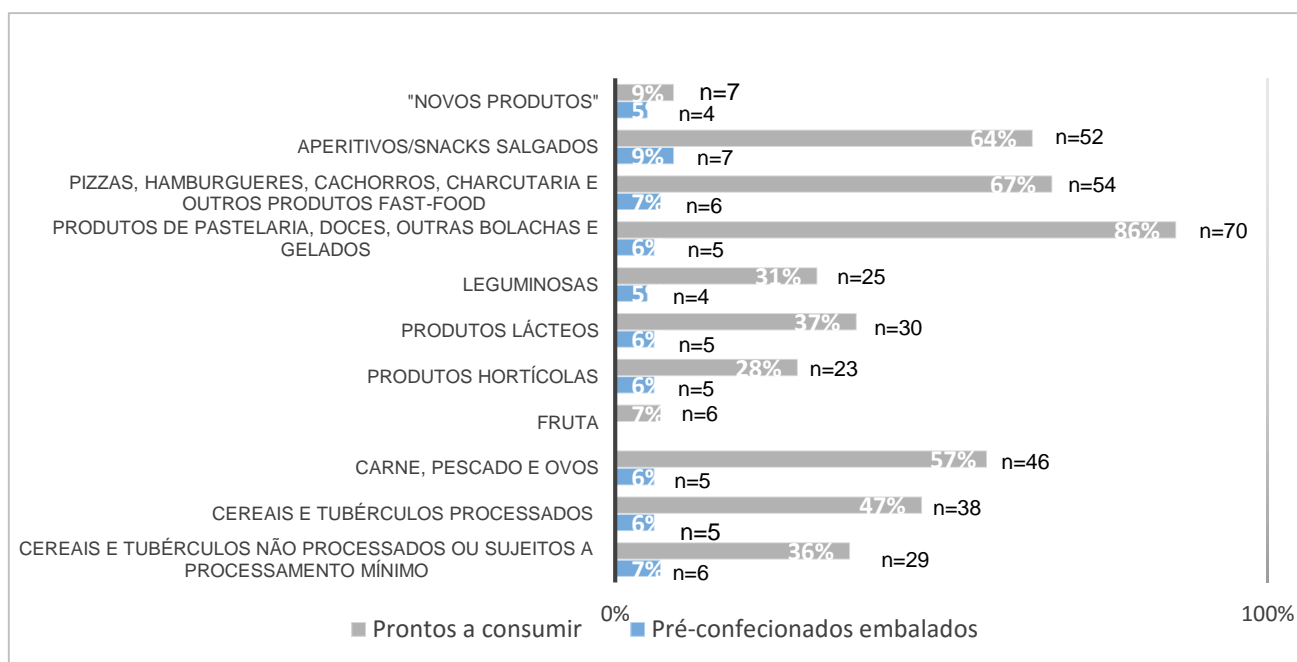


Gráfico 4: Modo como os alimentos se encontravam para aquisição (pré-confeccionados embalados ou prontos a consumir)

Os produtos de pastelaria, doces e outras bolachas e gelados são os mais disponibilizados (86%|n=70), dentro dos produtos prontos a consumir. Na generalidade os produtos/refeições pré confeccionados embalados têm baixas percentagens.

Discussão

Foi possível analisar 81 estabelecimentos de oferta alimentar. Relativamente á sua distribuição geográfica (Gráfico 1) verificou-se que é na “Rua do Campo Alegre” e na “Rua João de Barros”, que se encontram mais estabelecimentos (n=11), apresentando a maioria das restantes ruas apenas 1 ou 2 estabelecimentos. Este facto pode advir-se à estrutura da cidade ser mais recente nesta zona e a sua distribuição ser mais heterogénea devido à forma como a cidade evoluiu. Para além disso, em grande parte das ruas são os estabelecimentos do tipologia “Cafés” que se destacam. Uma vez que apenas 20% das ruas apresentam estabelecimentos de oferta alimentar podemos inferir que o acesso da população nestes locais está mais limitado. No que refere à tipologia *major*, é possível verificar que os estabelecimentos de bebidas, predominam em relação aos restantes (44%|n=36), podendo a oferta alimentar ser mais limitada face a alimentos mais ricos em nutrientes. Com a análise da tipologia específica, percebe-se que no comércio a retalho se destacam “Outros estabelecimentos não especializados. com predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco” (ex. mercearias) (n=12|39%). Os “Supermercados e hipermercados” existem apenas 5 (16%), podendo isso condicionar a disponibilidade de alimentos saudáveis, uma vez que tradicionalmente são estes estabelecimentos que disponibilizam uma maior diversidade de produtos desta natureza. No que concerne aos estabelecimentos de bebidas, destacam-se os “Cafés” com 69% (n=25). Globalmente os “cafés” são os

estabelecimentos que predominam, e isso poderá constituir uma preocupação atendendo à tipologia tradicional de oferta alimentar aí presente. Quando analisamos a oferta alimentar das bebidas (Gráfico 2), verifica-se que a disponibilidade de água é igual à de refrigerantes (86%|n=70), o que se revela um achado preocupante. Preocupante também perceber que a maioria dos estabelecimentos disponibiliza bebidas alcoólicas, independentemente da sua tipologia (Vinho/cerveja=80%|n=65 e Bebidas espirituosas/destiladas=64%|n=52). Em oposição, os produtos alimentares ricos em nutrientes estão disponibilizados em menos de metade dos estabelecimentos (leguminosas, (33%|n=27) e a fruta (47%|n=38)), o que mais uma vez constitui uma preocupação acrescida pois deveriam ser antagónicos. Os “Novos produtos” encontraram-se em menor número de estabelecimentos (n=7), o que permite perceber que este tipo de produtos ainda não é muito utilizado pelos consumidores destes locais, provavelmente atendendo aos preços elevados. Relacionando o tipo de oferta alimentar e a tipologia específica, sendo os “Cafés” a tipologia que predomina no geral, facilmente se entende a razão de elevadas percentagens de refrigerantes com e sem gás (n=25), e de produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados (96%|n=24). Em contrapartida, a fruta e os produtos hortícolas eram disponibilizados em 20% e 24% dos estabelecimentos, respetivamente. Deste modo, percebe-se uma clara necessidade de inverter a realidade desta oferta, atendendo ao impacto que uns e outros têm no estado global de saúde. No que se refere ao modo como o alimento/produto alimentar se encontrava para aquisição, os “Produtos/refeições confeccionados prontos a consumir” (95%|n=77) apresentam maior predominância. Os “Produtos/refeições pré-confeccionados embalados” encontrados apenas em 9 estabelecimentos (11%), este poderia ser um dado positivo, no entanto

condicionado pelo baixo número de “Supermercados e hipermercados” (n=5) encontrados. Relativamente aos produtos frescos (Gráfico 3), destaca-se os lácteos (78%|n=63), o que mais uma vez corrobora a elevada % de “Estabelecimentos de bebidas” e concretamente “Cafés”. Dos “Frescos para confeção” a carne, pescado e ovos e os produtos hortícolas apresentam maior relevo (23%|n=19), tal se pode justificar por estes alimentos serem os frescos bastante usados no nosso padrão alimentar. Os produtos lácteos destacam-se nos “frescos para consumo” (78%|n=63) o que uma vez mais corrobora a elevada percentagem de estabelecimentos de bebidas e concretamente “Cafés”. Com a análise dos “produtos/refeições confeccionados prontos a consumir” (Gráfico 5) verifica-se que os produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados estão presentes na maioria dos estabelecimentos (n=70), havendo a necessidade de alterar esta oferta. De acordo com estes resultados, verifica-se que a disponibilidade de produtos frescos é baixa, e, contrariamente, é elevada a disponibilidade de produtos processados. Estes achados corroboram as conclusões de outros autores ⁽²⁵⁾. Além disso, o facto de nesta zona geográfica predominar população mais envelhecida e com menor ligação ao mercado de trabalho, constitui uma preocupação adicional pelo potencial impacto desta oferta nos hábitos alimentares dessa população. Como limitações, surgiu o facto de o ambiente alimentar ser tão mutável; a variedade de alimentos disponíveis que poderiam criar dificuldade na caracterização e o facto de ser anónimo, que por outro lado se tornou uma vantagem, ao permitir conhecer mais genuinamente a oferta alimentar. De seguida, apresentam-se algumas propostas que poderão contribuir para a conceção de políticas promotoras de saúde na cidade, nomeadamente: descontos no Imposto Municipal sobre Imóveis para os proprietários dos

estabelecimentos; *Workshops* para confeccionar/apresentar alimentos saudáveis de forma mais apelativa; formações da importância da inclusão deste tipo de alimentos e suas estratégias; possibilidade de utilização de terrenos desocupados que a Câmara possui, para criação de uma horta comunitária, de forma a possibilitar a produção dos seus próprios produtos. Para além disso, importa capacitar os cidadãos para a utilização das ferramentas básicas que lhes permitam escolhas mais conscientes e informadas, em locais estruturais da comunidade, em que podem estar incluídas as Juntas de Freguesia, as escolas etc. Por fim, com a realização deste projeto pretende-se também criar uma proposta de índice que no futuro classifique de forma rápida cada estabelecimento consoante a sua oferta alimentar.

Conclusões

Com a realização deste trabalho foi possível conhecer de uma forma sintética a disponibilidade e potenciais padrões de acesso alimentar dos residentes na CVRG, e com isto reunir alguns dados importantes para o conhecimento das suas fragilidades. Com bases nos factos apresentados, urge a necessidade de intervenção, quer ao nível da modulação do ambiente alimentar, quer ao nível individual, pois será aqui que reside o cerne da questão quando falamos em mudança comportamental e, particularmente, de comportamentos de natureza alimentar, responsáveis pelos hábitos alimentares individuais. Importa considerar ainda, que estes resultam da soma de muitos fatores, nomeadamente fatores económicos, culturais, sociais que muitas vezes apresentam barreiras difíceis de escalar e que demoram o seu tempo para serem moldados.

Referências

1. Institute IFPR. Actions and Accountability to Accelerate the World's Progress on Nutrition. 2014 GNR. International Food Policy Research Institut; 2014.
2. World Health Organization, Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases: report of a joint FAO/WHO expert consultation, Geneva, 28 Fevereiro. Geneva: WHO; 2003.
3. Crisp N. The Future of the Portuguese Health System. *Acta medica portuguesa*. 2015; 28(3):277-80.
4. World Health Organization. Healthy diet. September 2015.
5. Ministérios das Finanças, Administração Interna, Educação, Saúde, Economia, Agricultura, Florestas e Desenvolvimento Rural e Mar. *Diário da Republica*, 2017.
6. Cunha A. et al, O Futuro da Alimentação: Ambiente, Saúde e Economia. Fundação Calouste Gulbenkian; 2013 [atualizado em: 2013].
7. Story M, Kaphingst KM, Robinson-O'Brien R, Glanz K. Creating Healthy Food and Eating Environments: Policy and Environmental Approaches. *ARFH*. 2008; 29(1):253-72.
8. Franco MDR, A. V. et al. Neighborhood characteristics and availability of healthy foods in Baltimore. *Am J Prev Med*. 2008; 35(6):561-7.
9. Food and Agriculture Organization. Influencing food environments for healthy diets. Rome; 2016. 154.
10. Canada PHAo. 2013. [atualizado em: 2013-01-15]. Public Health Agency of Canada. What makes Canadians Healthy or Unhealthy? .
11. World Health Organization. Noncommunicable diseases. 2015.
12. Swinburn B, Egger G. Preventive strategies against weight gain and obesity. *Obes rev. : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*. 2002; 3(4):289-301.
13. Preventive CfDCa. General Food Environment Resources. 2014.
14. Helbich M, Schadenberg B, Hagenauer J, Poelman M. Food deserts? Healthy food access in Amsterdam. *Applied Geography*. 2017; 83:1-12.
15. Su S, Li Z, Xu M, Cai Z, Weng M. Habitat Internacional. A geo-big data approach to intra-urban food deserts: Transit-varying accessibility, social inequalities, and implications for urban planning. 2017.
16. Donkin A, Dowler E, J. Stevenson S, A. Turner S. Mapping access to food at a local level. 1999.
17. Glanz K, Sallis JF, Saelens BE, Frank LD. Healthy Nutrition Environments: Concepts and Measures. *American Journal of Health Promotion*. 2005; 19(5):330-33.
18. Lytle LA, Sokol RL. Measures of the food environment: A systematic review of the field, 2007–2015. *Health & Place*. 2017; 44:18-34.
19. 2020 N. PEDU| Norte 2020. 2014.
20. Day JPP. Neighbourhood Histories and Health: Social Deprivation and Food Retailing in Christchurch, New Zealand, 1966–2005. In: *Obesogenic Environments*.
21. Austin SB, Melly SJ, Sanchez BN, Patel A, Buka S, Gortmaker SL. Clustering of fast-food restaurants around schools: a novel application of spatial statistics to the study of food environments. *AJPH*. 2005; 95(9):1575-81.
22. Instituto Nacional de Estatística IP. CAE-Rev 3. 2007.
23. DGS: Nova Roda dos Alimentos. Lisboa; 2016.

24. IAN-AF. Questionário de Propensão Alimentar - QP1. 2016.
25. Walker RE, Keane CR, Burke JG. Disparities and access to healthy food in the United States: A review of food deserts literature. *Health & Place*. 2010; 16(5):876-84.

Anexos

Anexo A - Modelo de Intervenção ecológica de *Karen Glanz*

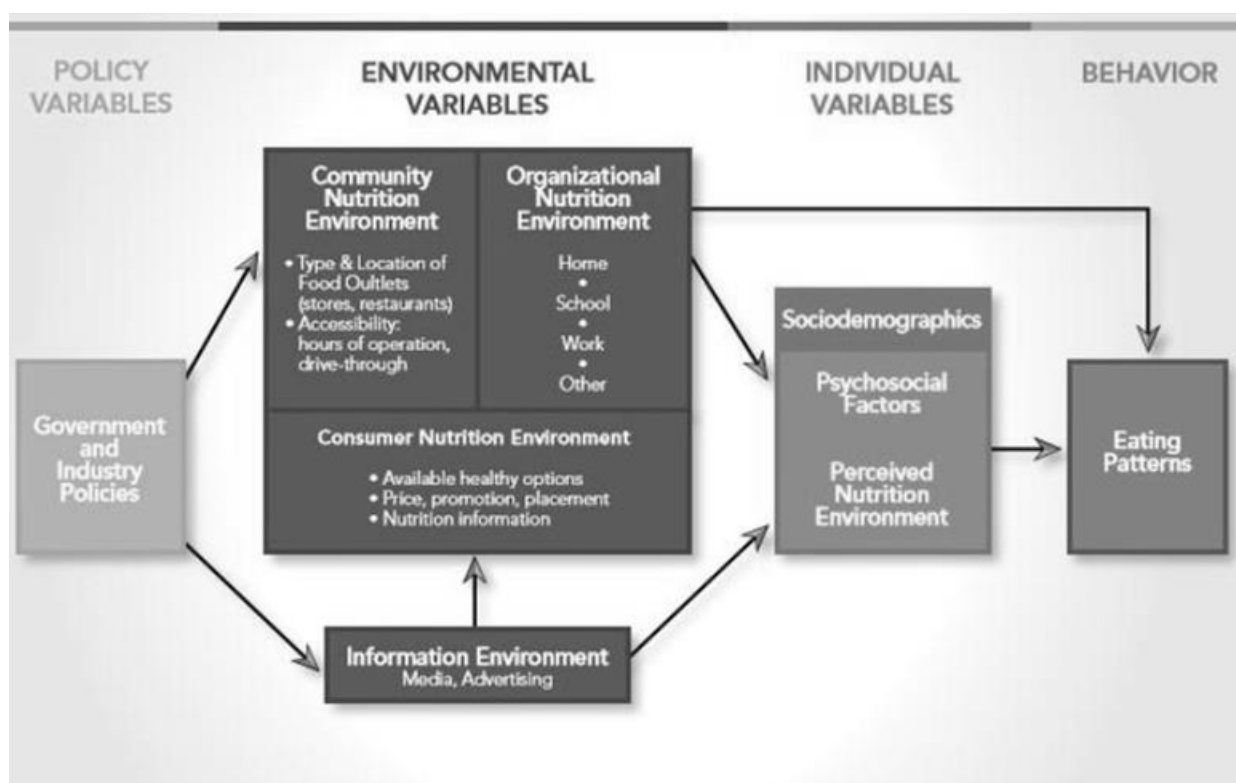
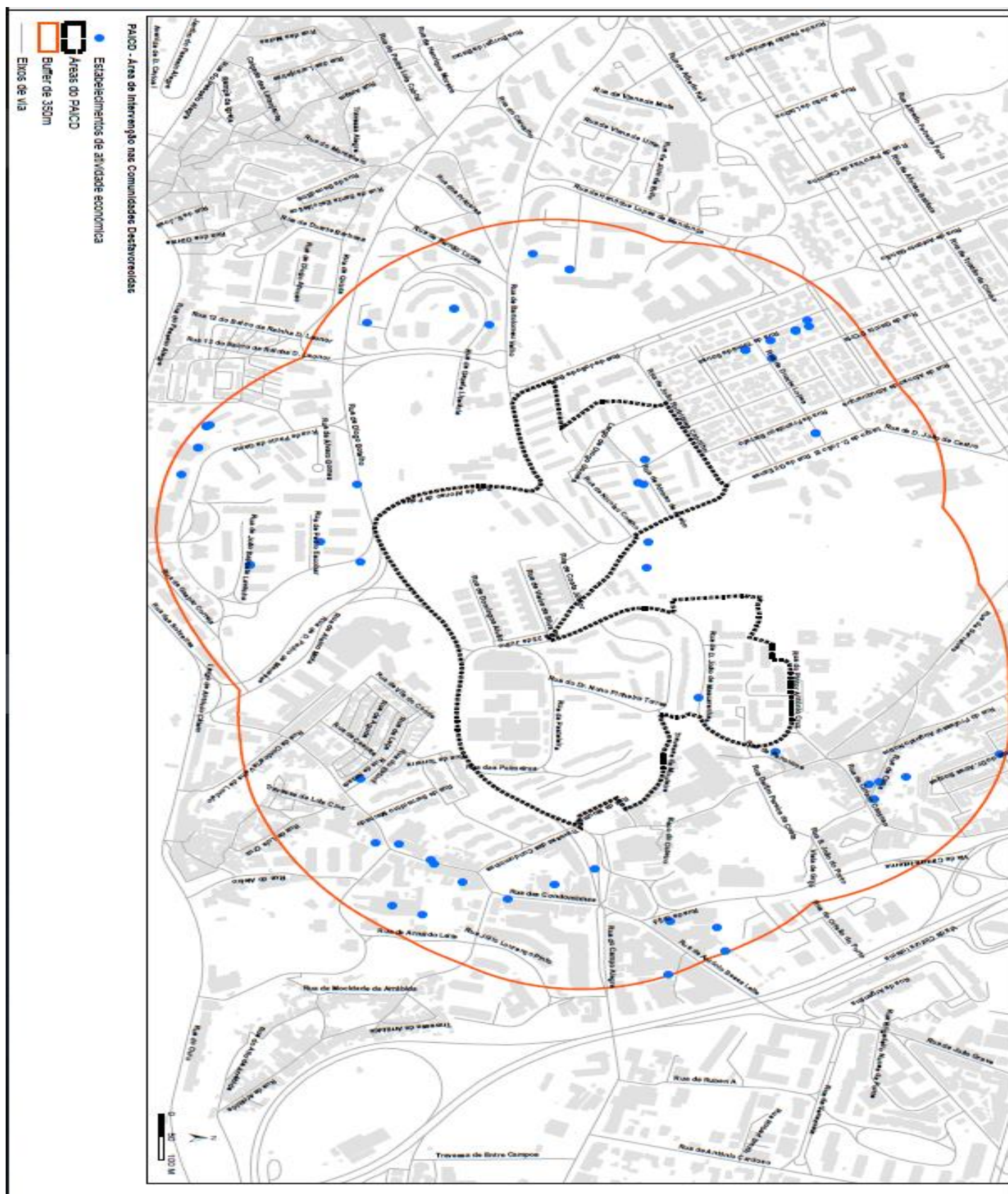


Figura 1 - Model of Community Nutrition Environments

Anexo B - Mapas com a *buffer zone* de 350m em relação à Comunidade do Vale da Ribeira da Granja



Anexo D – Checklist de recolha de dados (frente e verso)

CHECKLIST MAAP (MAPEAMENTO DO AMBIENTE ALIMENTAR DO PORTO)		
Código*		*: 6 dígitos
Data:		1º Identifica a zona (1 ou 2)
Localização:		2º Identifica a tipologia <i>major</i>
		3º Identifica a tipologia <i>específica</i>
		4º ao 6º Identifica o estabelecimento em si (codificado pela ordem em que foi id e avaliado)
Tipologia <i>major</i>	Específico	X
	Supermercados e hipermercados	
	..em outros estabelecimentos não especializados, com predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco	
	..não especializado, sem predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco, em grandes armazéns ou similares	
	..em outros estabelecimentos não especializados sem predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco	
	..de pão, de produtos de pasteleria e de confeitaria, em estabelecimentos especializados	
	..de bebidas em estabelecimentos especializados	
Comércio a retalho	Outro comércio a retalho de produtos alimentares, em estabelecimentos especializados	
	..em bancas, feiras e unidades móveis de venda, de produtos alimentares, bebidas e tabaco	
	..por outros métodos não efetuado em estabelecimentos, bancas, feiras, ou unidades móveis, máquinas de venda automáticas, comércio ambulante de bebidas	
	..tipo Tradicional	
	..com lugares ao balcão	
	..sem serviço à mesa	
	..típicos	
Restaurantes	..com espaço de dança	
	..confeção de refeições prontas a levar para casa (take-away)	
	..M.E. (Inclui atividades de restauração em meios móveis), inclui casas de gelados	
	Cafés	
	Bares	
Estabelecimentos de bebidas	Pasteleiras e casas de chá	
	Outros estabelecimentos de bebidas sem espetáculo	
	..com espaço de dança	

Anexo E – Compreensão racional da *Checklist* para a tipologia dos estabelecimentos

Comércio a retalho: não dá para consumir no local nem para transformar (ex. Pão com queijo não está incluído).

Comércio a retalho em supermercados e hipermercados: a área desse estabelecimento tem de ser igual ou superior a 400m².

Não especializado: não é especializado num determinado tipo de produto, uma vez que existe uma grande diversidade de produtos, não havendo predomínio de uns sobre outros (ex. mercearia).

... Com predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco: a predominância daquele estabelecimento é de produtos alimentares, bebidas ou tabaco (ex. Mercearia).

... Sem predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco: apresenta produtos alimentares, mas a sua predominância passa por ser outro tipo de produtos (ex. lojas de 1 euro; lojas dos “chineses”). A sua área é inferior a 1000m².

Comércio a retalho em outros estabelecimentos não especializado, sem predominância... em grandes armazéns ou similares: não foi encontrado. A sua área é igual ou superior a 1000m².

Outro comércio a retalho de produtos alimentares, em estabelecimentos especializados: um estabelecimento especializado é aquele que é especializado num determinado tipo de produto (ex. talho; frutaria; bomba de gasolina; quiosque; peixaria). Existe um CAE específico para estabelecimentos de carne, peixe e fruta/hortícolas, porém, este não foi adotado dado que o objetivo era saber o tipo de estabelecimento que existe, e concretamente a sua oferta alimentar, que está presente no verso da nossa *checklist*, o que não iria afetar a nossa análise.

Comércio a retalho de bebidas em estabelecimentos especializados: são especializados em bebidas e não dá para consumir (ex. Venda apenas de vinhos; bebidas alcoólicas...).

Restaurante tradicional (Serviço de mesa): aqui foram englobados a maioria dos restaurantes pois todos apresentavam serviço à mesa e consumo no local (não era exclusivo take-away). Inclui marisqueiras, restaurantes vegetarianos, macrobióticos e representativos de países estrangeiros (ex. *pizzaria*; asiáticos,...)

Restaurante sem serviço à mesa: caracteriza-se pelo facto das refeições serem empratadas (pré colocadas em tabuleiros ex. *fast-food*), sujeitando os consumidores à escolha direta, pré-pagamento e participação no serviço de mesa.

Restaurante típico: apresentava uma decoração diferente do habitual (não foi encontrado). Existe especificidade da sua cozinha, decoração de mobiliários, e eventualmente pela exibição de folclore de forma a reconstituir um ambiente característico duma região Portuguesa.

Cafés: todos em que a predominância seria bebidas e não produtos de pastelaria, confeitaria, padaria... sendo que o consumo poderia ser feito no local.

Pastelarias e casas de chá: aqui foram considerados todas as padarias, confeitarias, pastelarias, em que, o seu predomínio era esse e o consumo poderia ser feito lá.

NOTA: o comércio a retalho de pão, de produtos de pastelaria e de confeitaria, em estabelecimentos especializados, é um comércio a retalho ou seja, apenas dá para vender um produto e o cliente não pode consumir lá nem o funcionário transformar esse mesmo produto.

Outros estabelecimentos de bebidas sem espetáculo: tabernas, cervejarias, postos/quiosques de bebidas, *roulotte*, etc.

Anexo F - Tipologia específica discriminada

Comércio a Retalho: 1.1) Comércio a Retalho – Supermercados e hipermercados 1.2) Comércio a Retalho em outros estabelecimentos não especializados, com predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco 1.3) Comércio a Retalho não especializado, sem predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco 1.4) Comércio a Retalho em outros estabelecimentos não especializados sem predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco 1.5) Comércio a Retalho de pão, de produtos de pastelaria e de confeitaria, em estabelecimentos especializados 1.6) Comércio a Retalho de bebidas em estabelecimentos especializados 1.7) Comércio a Retalho – Outro comércio a retalho de produtos alimentares, em estabelecimentos especializados 1.8) Comércio a Retalho em bancas, feiras e unidades móveis de venda, de produtos alimentares, bebidas ou tabaco 1.9) Comércio a Retalho por outros métodos não efetuado em estabelecimentos, bancas, feiras, ou unidades móveis, máquinas de venda automáticas, comércio ambulante de bebidas.

Restaurantes estes abrangiam: 2.1) Restaurantes tipo tradicional; 2.2) Restaurantes com lugares ao balcão; 2.3) Restaurantes sem serviço à mesa; 2.4) Restaurantes típicos 2.5); Restaurantes com espaço de dança; 2.6) Restaurantes com confeção de refeições prontas a levar para casa (*take-away*); 2.7) Restaurantes não especializados (inclui atividades de restauração em meios móveis) e casas de gelado.

Estabelecimentos de bebidas apresentava: 3.1) Estabelecimentos de bebidas – Cafés; 3.2) Estabelecimentos de bebidas – Bares; 3.3) Estabelecimentos de bebidas – Pastelarias e casas de chá; 3.4) Estabelecimentos de bebidas – Outros estabelecimentos de bebidas sem espetáculo; 3.5) Estabelecimentos de bebidas com espaço de dança.

Anexo G - Compreensão racional da *Checklist* relativamente ao modo com que o alimento/produto alimentar se encontra para aquisição

- **Produtos frescos para consumo:**

- 1) Cereais e tubérculos não processados ou sujeitos a processamento mínimo: (ex. pão, flocos de aveia, bolachas de arroz e milho simples)
- 2) Fruta
- 3) Produtos hortícolas
- 4) Produtos lácteos: (ex. queijo, manteiga, iogurte e leite)
- 5) “Novos produtos”: (ex. frutos gordos, sementes, manteiga de frutos gordos, bebidas vegetais)

- **Produtos frescos para confecção:**

- 1) Cereais e tubérculos não processados ou sujeitos a processamento mínimo: (ex. massas, farinhas (trigo, milho), arroz, batatas).
- 2) Cereais e tubérculos processados: (ex. farinhas lácteas e não lácteas)
- 3) Carne, pescado e ovos
- 4) Produtos hortícolas
- 5) Produtos lácteos: (ex. natas)
- 6) Leguminosas: secas e frescas
- 7) “Novos produtos”: (ex. farinhas (aveia, arroz, alfarroba, espelta, e outras), massas sem glúten, quinoa, farinha de mandioca, trigo-sacarro).

- **Produtos/refeições pré-confecionadas embaladas:**

- 1) Cereais e tubérculos não processados ou sujeitos a processamento mínimo: Refeições pré-confecionadas (ex. puré de batata, arroz pré-confecionado, massas frescas)
- 2) Cereais e tubérculos processados: (ex. batatas pré-fritas congeladas)
- 3) Carne, pescado e ovos: (ex. douradinhos)
- 4) Produtos hortícolas: (ex. hortícolas lavados e fragmentados para saladas ou sopas)
- 5) Produtos lácteos: (ex. queijo em refeições, tipo lasanha, pizza (congeladas/refrigeradas)
- 6) Leguminosas: (ex. frasco e lata)
- 7) Produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados: (ex. *petit-gateau* congelado)
- 8) Pizzas, hambúrgueres, cachorros e outros produtos de fast-food
- 9) Aperitivos/Snacks salgados: (ex. rissóis, panados, croquetes, empadas, chamuças)
- 10) “Novos produtos”: (ex. tofu, soja)

- **Produtos/refeições confeccionadas prontas a consumir:**

- 1) Cereais e tubérculos não processados ou sujeitos a processamento mínimo: (ex. farinhas (aveia, arroz, alfarroba, espelta, e outras), massas sem glúten, quinoa, farinha de mandioca, trigo-sacarro).

- 2) Cereais e tubérculos processados: (ex. bolachas (tipo maria, torrada, água e sal), barras de cereais, batatas-fritas caseiras, cereais de pequeno-almoço, farinhas lácteas e não lácteas)
- 3) Carne, pescado e ovos
- 4) Fruta: (ex. boiões)
- 5) Produtos hortícolas
- 6) Produtos lácteos: (ex. refeições com queijo derretido)
- 7) Leguminosas
- 8) Produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados
- 9) Pizzas, hambúrgueres, cachorros, charcutaria e outros produtos de fast-food
- 10) Aperitivos/Snacks salgados
- 11) “Novos produtos”: (ex. tofu, soja, farinhas (aveia, arroz, alfarroba, espelta, e outras), massas sem glúten, quinoa, farinha de mandioca, trigo-sacarreno).

Anexo H - Grupos alimentares selecionados na *checklist* (verso)

- Cereais e tubérculos não processados ou sujeitos a processamento mínimo;
- Cereais e tubérculos processados;
- Carne, pescado e ovos;
- Fruta; Produtos hortícolas;
- Produtos lácteos;
- Leguminosas;
- Produtos de pastelaria, doces, outras bolachas e gelados;
- Pizzas, hambúrgueres, charcutaria e outros produtos de *fast-food*;
- Aperitivos/snacks salgados;
- “Novos Produtos”;
- Água;
- Bebidas espirituosas/destiladas;
- Vinho/cerveja;
- Refrigerantes com e sem gás;
- Néctares de fruta, sumos 100% fruta e sumos de fruta naturais.

Anexo I – Explicação da codificação dos estabelecimentos

[illegible]

Anexo J – Datas da realização do trabalho de campo

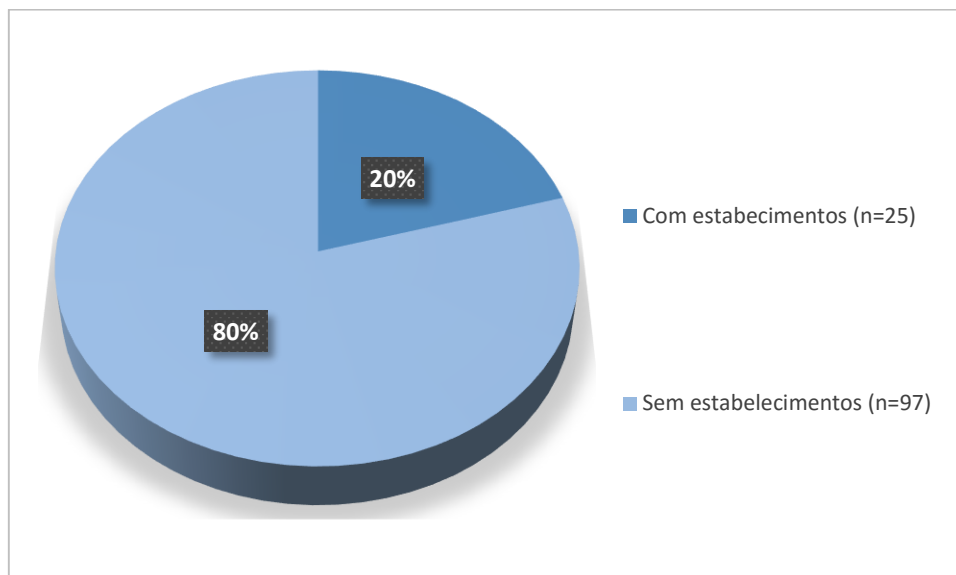
Abril 2018

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

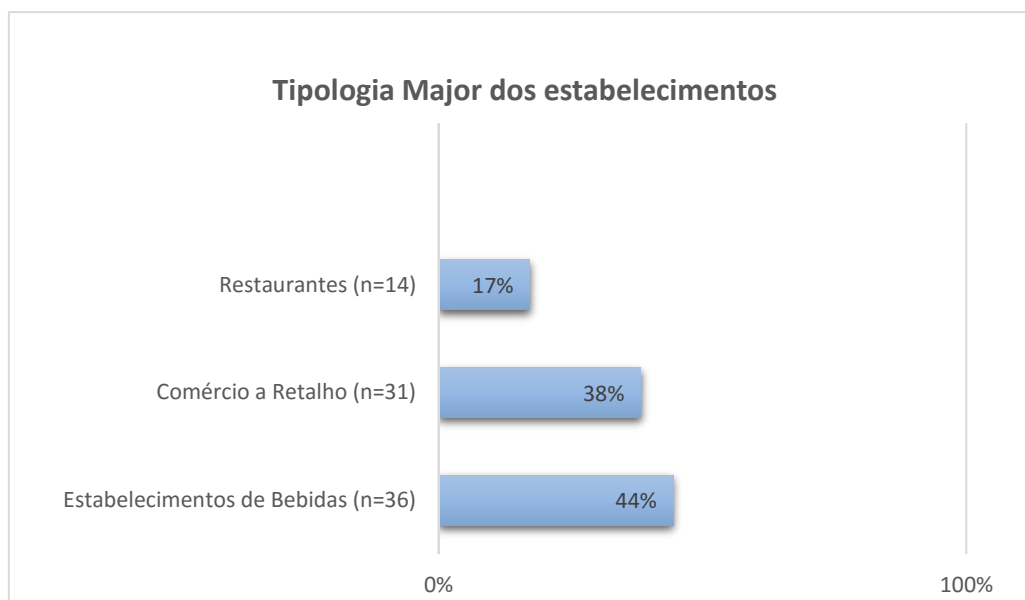
Maio 2018

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	2	2	23	24	25
27	28	29	30	31		

Anexo K – Distribuição dos estabelecimentos pelas ruas percorridas

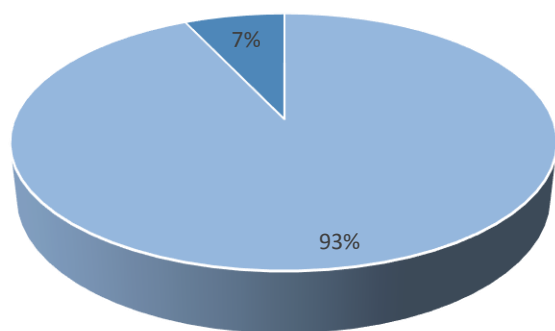


Anexo L – Tipologia *major* dos estabelecimentos de oferta alimentar



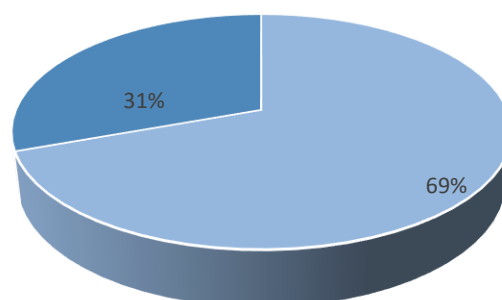
Anexo M – Tipologia específica dos estabelecimentos de oferta alimentar

Tipologia específica - Restaurantes



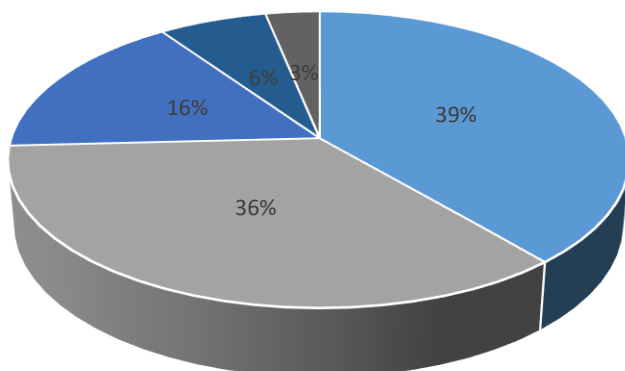
■ Tipo Tradicional (n=13) ■ Sem serviço à mesa (n=1)

Tipologia específica - Estabelecimentos de Bebidas



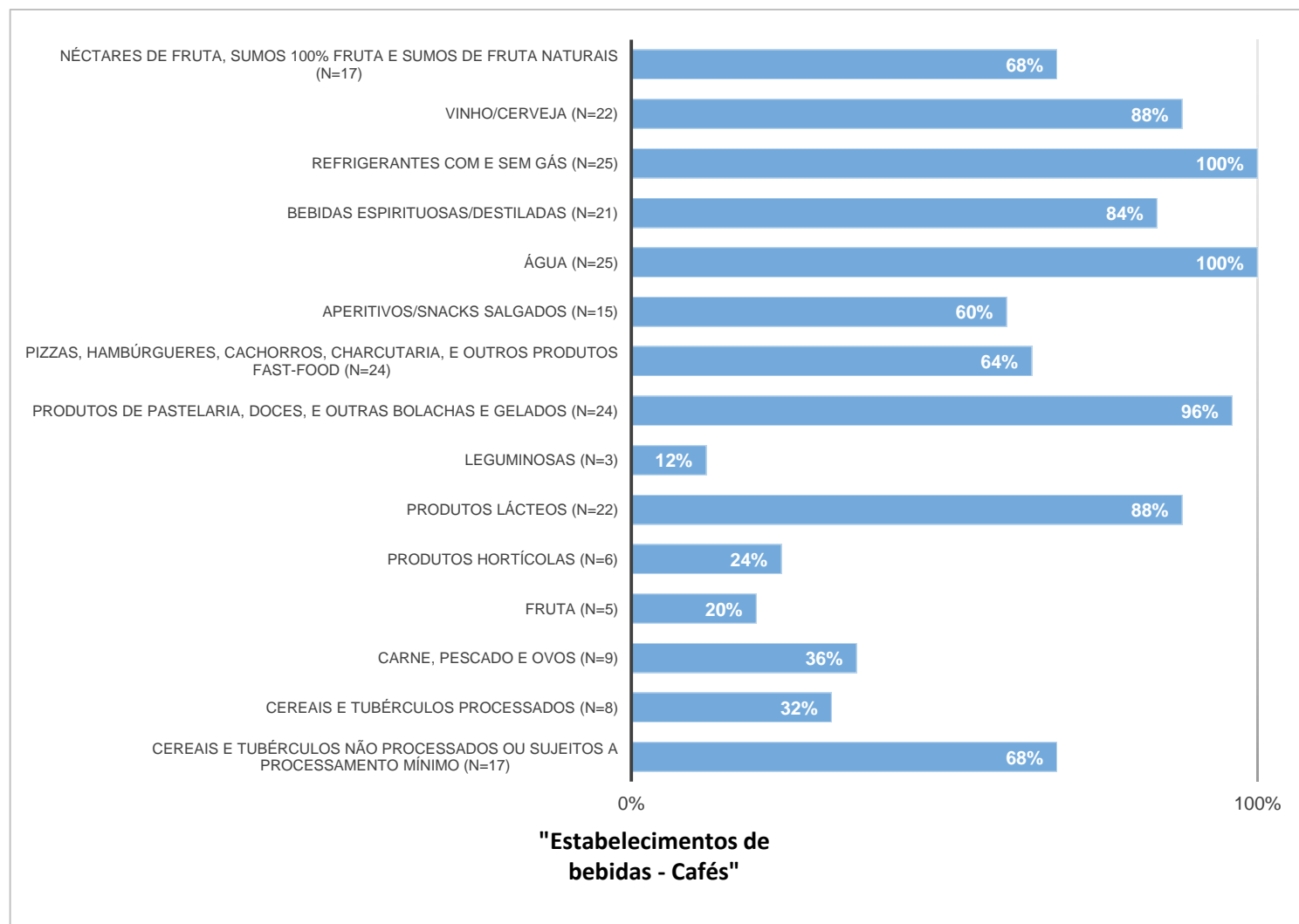
■ Cafés (n=25) ■ Pastelarias e Casas de chá (n=11)

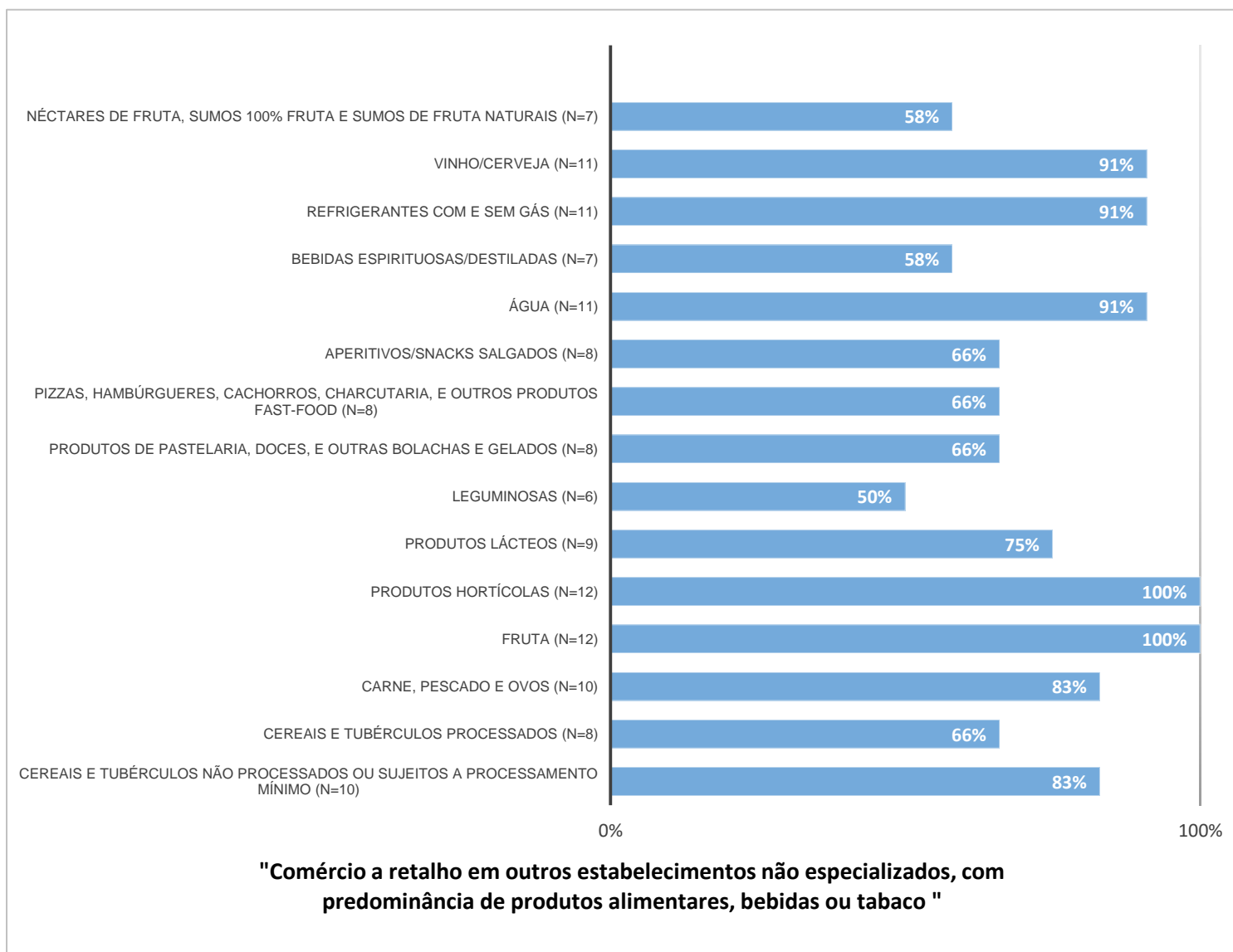
Tipologia específica - Comércio a Retalho

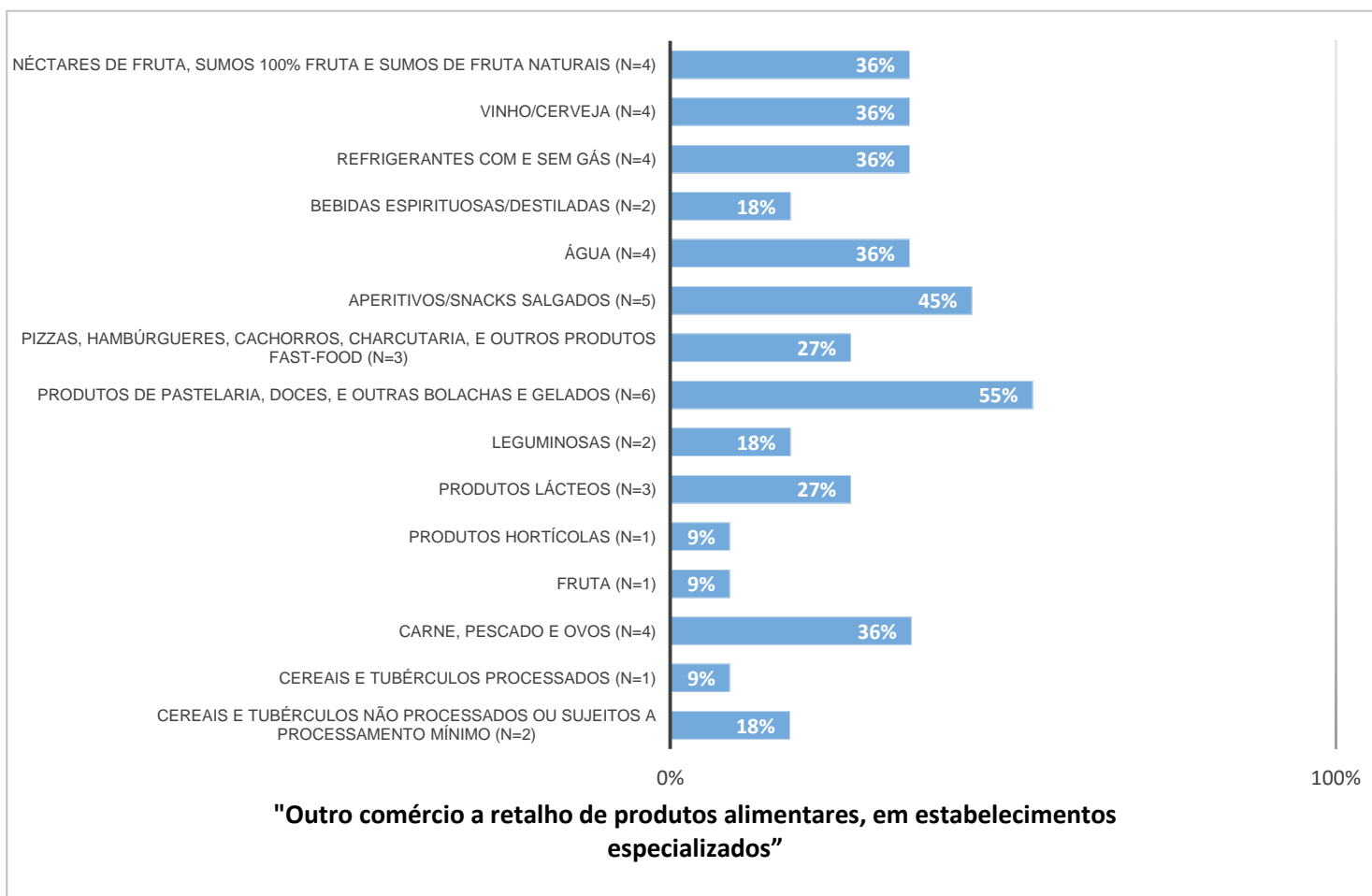


- Em outros estabelecimentos não especializado, com predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco (n=12)
- Outro comércio a retalho de produtos alimentares, em estabelecimentos especializados (n=11)
- Supermercados e Hipermercados (n=5)
- Em outros estabelecimentos não especializado, sem predominância de produtos alimentares, bebidas ou tabaco (n=2)
- De bebidas em estabelecimentos especializados (n=1)

Anexo N - Tipologia específica dos estabelecimentos predominantes e sua oferta alimentar







Anexo O : Modo como o alimento(s)/produto alimentar se encontra para aquisição: